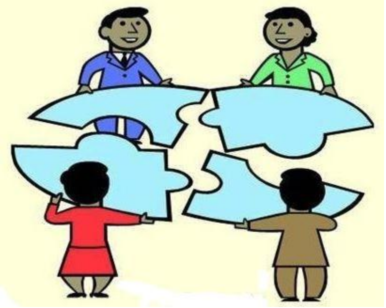
CERTIFICADO DE FPE

- ADGD0208 Gestión Integrada de Recursos Humanos
- MF0238_3 Gestión de Recursos Humanos
- UF0346 COMUNICACIÓN EFECTIVA Y TRABAJO EN EQUIPO

UNIDAD DE FORMACIÓN DE ESTE CURSO



COMUNICACIÓN EFECTIVA
Y TRABAJO EN EQUIPO

MÓDULO FORMATIVO	HORAS/UNIDADES FORMATIVAS
MF0238_3: Gestión de recursos humanos	
UF0346: Comunicación Efectiva y Trabajo en Equipo	**60**

XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

smart mind

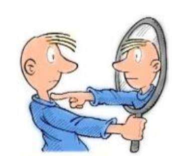
AUTORA:

CELIA SALCEDA MORERA

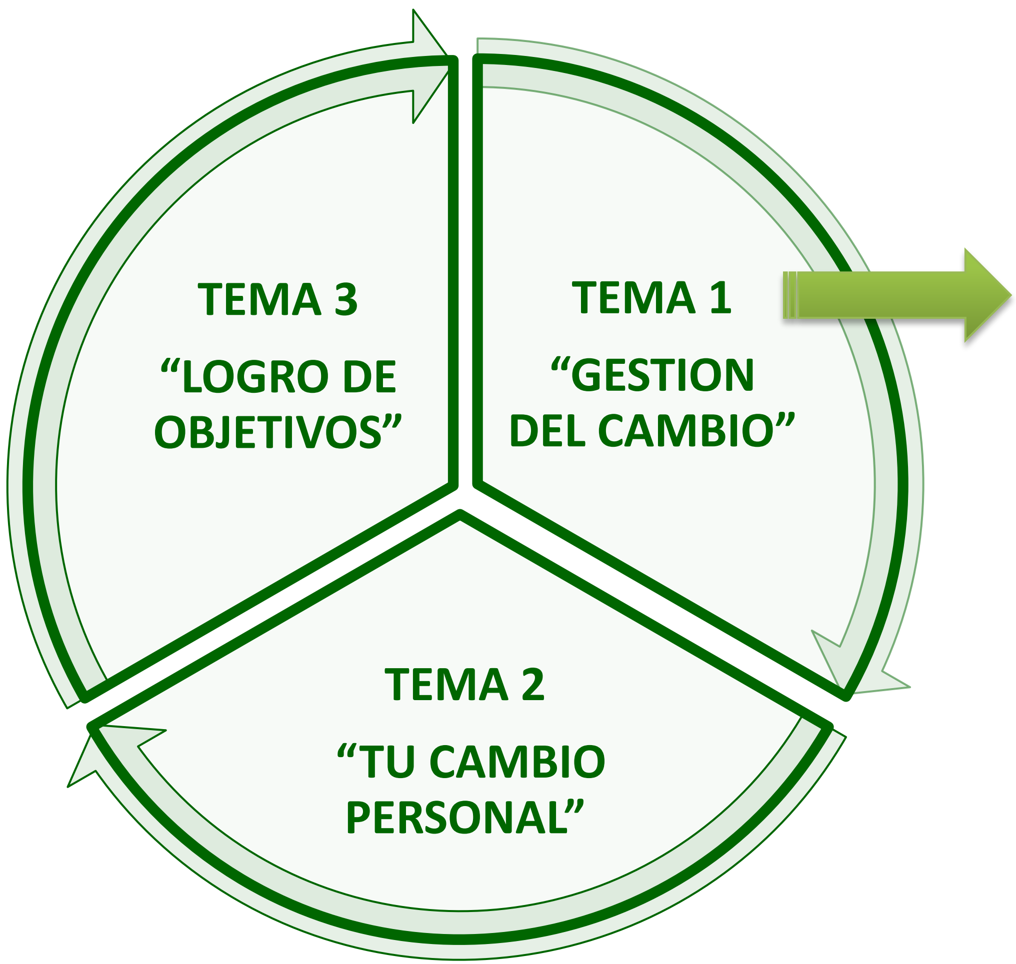
INDICE DE ICONOS Y SUS SIGNIFICADOS

- INDICE 

- EXPLICACIONES 
- ACTIVIDADES 
- RESUMENES 
- GLOSARIO 

- AMPLIACIÓN 
- RECORDATORIO 
- MATERIAL 
- EVALUACIÓN 

UF0346
COMUNICACIÓN EFECTIVA Y TRABAJO EN EQUIPO



TEMA 1: GESTIÓN DEL CAMBIO

Cambio es el que ocurre solo, el que **se da sin que yo intervenga**.

Gestión del Cambio es aquel que **yo dirijo para que ocurra**.

TEMA 1 : conceptos que vamos a ver:

A. **Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio:**

B. Cambios inherentes a las relaciones laborales.

C. Definición de habilidades personales y sociales.

D. Habilidades sociales de especial interés en el ámbito laboral.

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

Apartados que desarrollaremos:

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- A.5. Otras cuestiones a destacar.
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.

Conoceremos los conceptos necesarios para hablar sobre cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

Localizaremos nuestras Creencias Erróneas.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.3. Conceptos nuevos a conocer.

Veremos como todo cambio comienza por uno mismo.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.4. Secuencia en la Gestión del Cambio.

- PRIMER PASO: dominar al Tirano.
- SEGUNDO PASO: escoger la herramienta que necesitamos para desbloquearlo.
- TERCER PASO: establecer el objetivo.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.5. Otras cuestiones a destacar.

- El humor
- Leer lo que no está escrito
- Ver lo que no existe
- La mentira

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.6. ESQUEMA DE LAS ETAPAS EMOCIONALES DEL CAMBIO.

Veremos las seis etapas emocionales del cambio

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- **A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.**
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- A.5. Otras cuestiones a destacar.
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.

Empecemos por conocer los conceptos necesarios para hablar sobre cambio:



Para empezar, reflexionemos…



A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.

Dos elementos fundamentales:

1. **Cambio** es el que ocurre solo, el que **se da sin que yo intervenga**.

2. **Gestión del Cambio** es aquel que **yo dirijo para que ocurra** = cambia lo que tiene que ver conmigo y por afectación, cambia también todo el que está en contacto conmigo.

Partiendo de estos dos conceptos, hablemos ahora de **Cultura sobre Gestión del Cambio**.

Cualquier objetivo personal se puede conseguir siempre que sea **conscientemente deseado por una persona (querer)**.

A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.

Veamos ahora que necesitamos para:

Cambiar

Hacerlo en el menor tiempo posible

Hacerlo con la mayor eficacia

Empecemos por conocer conceptos que ampliaremos más adelante pero y que vamos a manejar a partir de ahora:

Etapas

Intensidades

Seres

PENDIENTE ARREGLAR

A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.

Veamos un pequeño esquema:

C:\Users\Celia\
p\DOCENCIA\201

TEMA 1 "GESTIÓN DEL CAMBIO"

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.
- **A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.**
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- A.5. Otras cuestiones a destacar.
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

Empecemos por localizar nuestras Creencias Erróneas:



A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

En el apartado A.1. vimos conceptos muy importantes que ampliaremos más adelante y que son necesarios para hablar sobre la Gestión del Cambio.

Ahora vamos a **identificar las Principales Creencias Erróneas** que inciden en nuestros diferentes procesos de cambio.

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

"Cambiar es muy difícil y doloroso"

¿Nos han entrenado para cambiar?

¿Y para no cambiar?

No, no nos han enseñado a cambiar, pero aún peor es que **nos han enseñado a no cambiar**, a no pensar por nosotros mismos, a seguir unos patrones erróneos.

CONSECUENCIA: **nos resulta muy difícil y doloroso cambiar**.

¿Podemos hacer algo?

Buena noticia ☺: **aprender a gestionar el cambio es absolutamente posible** y además mucho más sencillo y amable de lo que creemos.

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

“Son pocas las personas que tienen capacidad para cambiar y para influir en los demás”

Esto es **falso**.

Nuestra naturaleza humana está preparada para cambiar igual que lo está el corazón para latir, y la nariz para respirar.

Nos han programado para lo contrario, así que lo único que nos falta es **dominar** con naturalidad y soltura los **nuevos conceptos** necesarios **para entender la gestión del cambio** y desechar todas las leyendas urbanas al respecto.

PENDIENTE ARREGLAR

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

“En la vida hay que fluir”

Es un tremendo error dejarse llevar por la vida.

Fluir (dejarse llevar) es cómodo, es como ser un **barco sin rumbo.**

Navegar (exige un propósito y requiere un timón para llegar a puerto), es incómodo, **supone saber lo que quiero**, dirigirme hacia ello y hacerlo en las condiciones más idóneas.

Y dado que alguien tiene que dirigir nuestra vida, que mejor que ese alguien seamos nosotros mismos.

PENDIENTE ARREGLAR

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

“Los cambios profesionales son más fáciles de lograr que los personales”

Esta **creencia errónea** parte de que:

- Lo **profesional** está exento de emociones y por tanto fácil de dirigir
- Lo **personal** lo consideramos cargado de emociones y por tanto más difícil de dirigir.

PENDIENTE ARREGLAR

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

”Aunque no sé lo que quiero, sí tengo claro lo que no quiero”

Esta creencia considera un avance conocer aquellos objetivos que no son los que queremos lograr.

Sin embargo, para llegar al puerto deseado, saber lo que no quiero es absolutamente irrelevante.

Perder el tiempo para **recrearnos en lo que no queremos**, **es** absolutamente **inútil** con respecto a lo que queremos conseguir ya que no aporta nada a la gestión del cambio.

Para realizar un objetivo, lo primero que necesitamos es creer y centrarnos en que es posible. Centrarnos en establecer o explicar las razones de los objetivos que no nos interesan, es una pérdida de tiempo y por tanto de eficacia respecto a lo que queremos lograr.

PENDIENTE ARREGLAR

A.2. Principales Creencias Erróneas a desterrar.

“Querer es poder”

Querer es importante pero hace falta estar preparado para lograrlo.

Querer es solo un deseo, pero no nos garantiza la certeza de conseguir el cambio.

Poder supone disponer de todo el potencial necesario para lograrlo.

Solo lograré el cambio, si sé cómo gestionarlo.

Por lo tanto, **querer NO ES poder**.

Para poder cambiar necesito:

+ Querer
+ tener un objetivo
+ enfocarme en ese objetivo sin abandonar el camino que me lleva a él
+ reunir las condiciones idóneas para y usar las herramientas precisas

PTE.ARREGLAR

Hagamos ahora un resumen de lo que se conoce como:

EL ARTE DE CAMBIAR A VOLUNTAD



TEMA 1 "GESTIÓN DEL CAMBIO"

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- **A.3. Conceptos nuevos a conocer.**
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- A.5. Otras cuestiones a destacar.
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.3. Conceptos nuevos a conocer.

Todo cambio comienza por uno mismo:



A.3. Conceptos nuevos a conocer.

- **Todas las personas tenemos dos caras.** Una cara es **la parte de la persona que desea cambiar** y otra cara es **la parte de la persona que no lo desea**, **que se resiste al cambio**, que hace todo lo posible por impedir que la ayuda llegue, en definitiva, la personificación de la resistencia al cambio = **El Tirano.**
- El tirano no es un tonto que se ha colado dentro de nosotros, todo lo contrario, es muy listo y muy sutil.
- **Es la parte de nosotros que nos mantiene bloqueados y se niega a cambiar porque está cómoda en su situación**.

A.3. Conceptos nuevos a conocer.

Logramos tomar el mando de nuestro cambio cuando:

- Aprendemos a reconocer la parte de nosotros que debe enfrentarse al TIRANO.
- Lo hacemos sutilmente sin enfrentarnos a él abiertamente, con la técnica adecuada.
- No dejamos que sea él quien domina la situación.

El no dominar esta técnica:

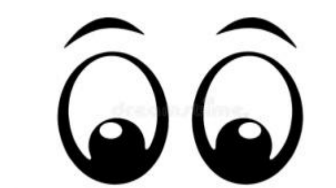
- Supone abandonar el proceso de cambio
- Y por tanto, no lograr el objetivo que se persigue.

A.3. Conceptos nuevos a conocer.

El cambio siempre lo gestiona una persona:

- No hay cambio si no hay persona.
- Cuando en una persona se produce un cambio, inmediatamente todo su entorno se ve afectado.
- Por eso, cada persona puede influir sobre los cambios de las personas que están a su alrededor.
- Por eso, ningún grupo cambia si no lo hacen los individuos que lo componen.





https://www.youtube.com/watch?v=vVbpVprnbtg

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- **A.4. Secuencia en la gestión del cambio.**
- A.5. Otras cuestiones a destacar.
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.4. Secuencia en la Gestión del Cambio.

- PRIMER PASO: dominar al Tirano.
- SEGUNDO PASO: escoger la herramienta que necesitamos para desbloquearlo.
- TERCER PASO: establecer el objetivo.



PTE. ARREGLAR

A.4. Secuencia en la Gestión del Cambio.

PTE. EDITAR

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio**.**
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- **A.5. Otras cuestiones a destacar.** →
- A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.5. Otras cuestiones a destacar.

- El humor
- Leer lo que no está escrito
- Ver lo que no existe
- La mentira



PTE.AMPLIAR

A.5. Otras cuestiones a destacar.

PTE. EDITAR

TEMA 1 “GESTIÓN DEL CAMBIO”

A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

- A.1. Conceptos: Gestión y cultura del cambio.
- A.2. Principales creencias erróneas a desterrar.
- A.3. Conceptos nuevos a conocer.
- A.4. Secuencia en la gestión del cambio.
- A.5. Otras cuestiones a destacar.

- **A.6. Esquema de las etapas emocionales del cambio.**

TEMA 1 "GESTIÓN DEL CAMBIO"

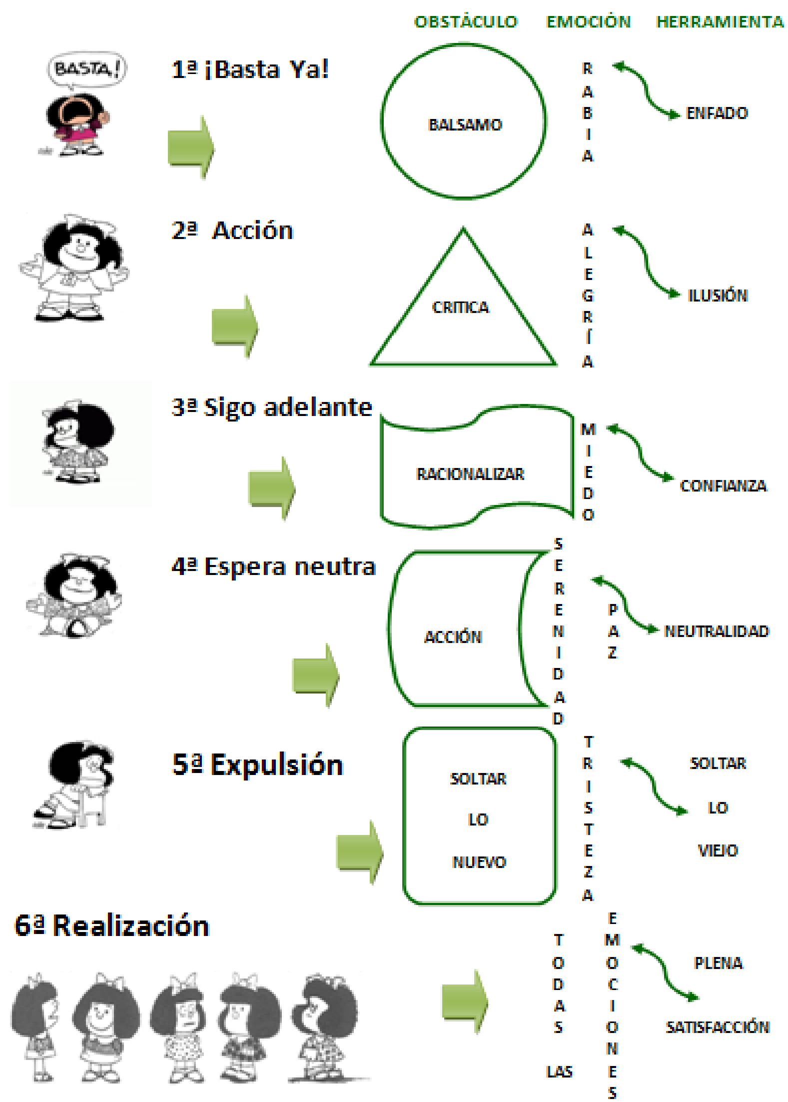
A. Nociones básicas sobre la Gestión del Cambio.

A.6. ESQUEMA DE LAS ETAPAS EMOCIONALES DEL CAMBIO.

Vamos a ver ahora las 6 ETAPAS emocionales del cambio



A.6. ESQUEMA DE LAS ETAPAS EMOCIONALES DEL CAMBIO.



A.6. ESQUEMA DE LAS ETAPAS EMOCIONALES DEL CAMBIO.



Imprime el esquema anterior
para poder memorizarlo

A.6. ESQUEMA DE LAS ETAPAS EMOCIONALES DEL CAMBIO.



Siguiendo el esquema anterior, imagínate que acabas de conseguir un trabajo el cual has estado buscando durante varios meses y responde a las siguientes preguntas:

- ¿Podrías indicar las dos posibles etapas del cambio en las que te encontrarías?
- ¿Podrías indicar en qué etapas no estarías?
- ¿Podrías decir la etapa en la que más probablemente te encontrarías?